№10 (944)
Чацвер 7 сакавіка 2019 года

Штотыднёвая рэгіянальная газета ■ Заснавана ў красавіку 2001 ■ Кошт свабодны ■ Выдавец: ПУП «Інфа-Кур'ер» ■ www.kurjer.info

16+

К Інфа-Кур'ер

Агроном советует, как вырастить здоровую рассаду. Плюс лунный календарь на две недели

С первого номера марта в газете «Кур'ер» стартует традиционная сезонная рубрика «Сад-огород» ■10

Когда в кошельке 20 карточек

У случчанки Натальи два десятка карточек — банковских, бонусных, накопительных. Она рассказала, какую выгоду можно иметь, если правильно с ними управляться ■6



Молодые случчане рассказали, почему в городе идёт один бизнес и не получается другой, и поделились идеями, как сделать жизнь в Слуцке интереснее

■8-9



Са святам, мілыя дамы

Шаноўныя нашы чытачкі! Дарагія дзяўчыны і жанчыны! «Кур'ер» разам са сваімі добразычлівымі рэкламадаўцамі шчыра вітаюць і віншуюць Вас са святам 8 Сакавіка! Няхай жыццё кожнай з вас будзе добрым, цікавым і яркім! Няхай побач заўсёды будуць надзейныя Вашы памочнікі, адрасаты непаўторных кампліментаў і спонсары прыемных пакупак! Радаснай вясны Вам, страсці і кахання!



Інфа-Кур'ер: kurjer.info, vk.com/kurjer, ok.ru/slutsk, facebook.com/kurjer, twitter.com/kurjer, instagram.com/kurjer E-mail: info@kurjer.info Тэл.: (8 01795) 2 05 05

Антигерой недели



Чиновник Роскосмоса Станислав Жарков во время дискуссии о московской программе реновации назвал жителей хрущёвок «скотобазой», которая «засрёт это всё за пару лет». Позднее Жарков удалил свой комментарий и извинился за высказывания. Он объяснил свои слова усталостью от жизни в хрущёвке.

Герой недели



Легкоатлетка Анастасия Мирончик-Иванова завоевала серебро чемпионата Европы в прыжках в длину. Уже в первой попытке она установила личный рекорд — 6,93 м. В финальном этапе соревнований в Глазго Анастасия уступила лишь именитой сербке Иване Шпанович (6,99 м). Анастасия Мирончик-Иванова родом из Слуцка.

О чём говорили на этой неделе

О приговоре редактору TUT.BY Марине Золотовой, который оказался мягче, чем требовал обвинитель, однако и оправдательным не стал. Марину Золотову приговорили к штрафу в 300 базовых величин (7650 рублей) и постановили взыскать с неё 6 тысяч рублей в пользу БЕЛТА за услуги адвокатов.

О женщине, которую под Слуцком легковушка сбила насмерть. Возле Василинок женщина переходила дорогу, ведя в руках велосипед. В это время в неё на полном ходу врезался автомобиль Skoda. По словам очевидца, удар был такой силы, что тело женщины влетело в салон машины, у авто оторвало крышу.

О минчанине, который заказал на китайском сайте чай из травы эфедры, а она оказалась психотропом. Парень сообщил в милицию и отказался получать посылку, но уголовное дело всё равно завели.

О вакцине «Эупента», после введения которой умер 2-летний мальчик в Ганцевичском районе. По заключению экспертизы, причина смерти — полиорганная недостаточность, обусловленная анафилактическим шоком «на адекватно назначенные и правильно введённые вакцины». Следствие пришло к выводу, что в действиях должностных лиц и сотрудников медучреждения нет состава преступления.

О подростке из Вилейки, которому вручили повестку на 9 утра 28 января 2021 года. Будущему призывнику всего 16 лет. Когда школьник сходил в военкомат за приписным, там не растерялись и вручили подростку ещё одну бумагу — повестку на 2021 год. Теперь отец мальчика всерьёз боится потерять её или забыть.

О нелегалах, которые перепутали французский Брест с белорусским. Они планировали использовать географические карты Польши и города Бреста, расположенного во Франции.

О 280 хомяках и 30 кроликах, которых нашли в автобусе, ехавшем из Беларуси в Россию. Животных пришлось развернуть обратно из-за отсутствия документов.

О столовой, которую строят в Минске к Европейским играм, а после соревнований демонтируют. Строительство павильона на 2000 человек обойдётся примерно в $2,8 млн.

О продуктовом магазине в Канаде, который забыли закрыть, но за день его никто не ограбил. На месте не было ни охранников, ни сотрудников магазина. Покупатели просто оставляли деньги за продукты на кассе.

О смерти вокалиста из группы TheProdigy. Кейту Флинту было 49 лет. По предварительным данным, полиция не обнаружила признаков насильственной смерти музыканта.



■ ***Даниил Аксёнов*** *хочет поступать в кадетское училище. Для этого нужна хорошая физическая подготовка. Каждый вечер после учёбы он ходил на тренировку в свой «фитнес-клуб» вместе с соседскими мальчишками.* ФОТО: ОЛЬГА КОНОНОВИЧ

Просьбу Даниила услышали

Видеообращение 15-летнего Даниила Аксёнова *из деревни Сороги передали Александру Лукашенко накануне «Большого разговора», прошедшего 1 марта. В ролике школьник рассказал о мечте деревенских ребят заниматься спортом.*

Отдел новостей
info@kurjer.info

Про подростка и его семью «IK» рассказал впервые 25 октября прошлого года. Мама Даниила Светлана Аксёнова тогда поделилась, что в деревне нет кружков и секций, о которых мечтают её четверо детей. Проезд в пригородном автобусе в город, где кружков в изобилии, стоит дорого, и многодетной семье не потянуть. Поэтому местные подростки из подручных средств оборудовали беседку в окрестностях здания под «фитнес-клуб». Ребята занимались там несколько лет каждый день, несмотря на дождь, снег и мороз. После окончания тренировок снаряды «ставили на сигнализацию», чтобы их не украли: на то, что можно унести, вешали цепь или трос с замком.

После публикации материала на сайте «IK» кто-то приказал освободить помещение, и деревенский «фитнес-клуб» закрылся. Взамен ребятам ничего не предложили.

На следующий день после публикации материала в редакцию «IK» позвонили коллеги из TUT.BY. Они сообщили, что некий меценат готов подарить детям несколько тренажёров, чтобы ребята могли полноценно заниматься спортом.

По информации «IK», 27 февраля в Сороги приезжали корреспонденты Первого национального канала. Вместе с ними приехал Андрей Неделько, начальник управления по образованию Слуцкого райисполкома. Журналисты вместе с чиновником посетили местную школу и пообщались с детьми и учителями.

В пятницу, 1 марта, Александр Лукашенко пообещал отреагировать на обращение Даниила. Он отметил, что видео про Сороги очень трогательное.

«Мы отреагируем на это. Потому что в крупных агрогородках мы так и делаем. Но ведь вопрос не только в этом. Это нас должно подтолкнуть к размышлениям. Мы обязательно примем участие, отреагируем», — сказал президент.

«Понятно, что в каждой деревне тренажёрный зал не построишь. Но в город на занятия ездить мы пока тоже не можем — очень дорогой билет», — сказал Даниил в ролике, который показали президенту.

Глава государства дал распоряжение Игорю Карпенко, министру образования, заняться этой проблемой.

425 тысяч

человек осталось в базе данных трудоспособных граждан, не занятых в экономике, или «тунеядцев». По словам заместителя министра труда Валерия Ковалькова, полные жировки получат 54 тысячи не занятых в экономике, также «обнаружилось много ошибок, начались звонки от людей, которые попали в базу случайно». Ранее в Минтруда сообщали, что в базу включено около 500 тысяч человек.

Опасно ли делать рентген зуба семь раз подряд

Отдел новостей
info@kurjer.info

Случчанка Наталья рассказала, как ей в Слуцкой стоматологической поликлинике лаборант делал рентген-снимок корня зуба семь раз подряд. Она сомневается, не вредна ли для её здоровья такая процедура. «Кур'ер» узнал у стоматологов, опасно ли это и нужно ли паниковать.

«На прошлой неделе я пришла к стоматологу, чтобы вылечить зуб, — рассказывает Наталья. — Терапевт отправила меня на снимок корня зуба. Процедура в рентген-кабинете прошла как обычно: лаборант надел на меня свинцовый фартук, вставил в рот пластину, нацелил аппарат, зашёл за перегородку, щёлкнул — и всё. «Ожидайте», — сказал он.

Когда я принесла снимок врачу, оказалось, что на нём изображение не того зуба. Я снова пошла в рентген-кабинет, его сотрудник повторил все манипуляции, щёлкнул, но потом сказал: «Не пойдёт». И так повторялось шесть раз.

В конце концов снимок получился. Пока я ходила по кабинетам, хотела только, чтобы всё поскорее закончилось.

А когда вернулась домой, подумала, что мне же делали рентген-снимки семь раз за день. Это же много. Не вредно ли столько облучения?»



■ ***Мнение специалиста.*** *Доза облучения при рентген-снимке зубов слишком мала, чтобы волноваться.* ФОТО НОСИТ ИЛЛЮСТРАТИВНЫЙ ХАРАКТЕР

Какая доза допустима и безопасна

Ольга Аланкина, заведующая Слуцкой стоматологической поликлиникой, пояснила, что пациенты по всем возникающим вопросам могут обращаться к ней напрямую.

По заданному Натальей вопросу заведующая пояснила следующее: «Возможно, что лаборант и не делал семь снимков, а долго настраивал аппаратуру. Даже если допустить, что было сделано семь снимков, то доза, полученная от них, абсолютно безопасна. Мы используем современную цифровую аппаратуру: интраоральный рентген-аппарат и ортопантомограф.

Для того чтобы сделать снимок одного зуба, используется доза от 0,16 микрозиверта. Для сравнения, в год допустимой и безопасной считается доза 5 миллизивертов». (То есть подобный снимок можно сделать более 30 тысяч раз — Прим. редакции).

Как пояснила «ІК» заведующая стоматологической поликлиникой, каждый пациент даёт письменное согласие на рентгеновский снимок и вправе отказаться от этой процедуры. Кроме того, после манипуляции лаборант записывает в медицинскую карту больного полученную им дозу.

Понедельник стал рабочим днём

Отдел новостей
info@kurjer.info

По новому графику начали работу два отделения банка: № 81 (ул. Ленина, 134-2, рядом с аптекой № 80) и № 105 (ул. Ленина, 211а, рядом со стоматологией).

Отделение Беларусбанка № 81 будет дополнительно работать по понедельникам, а отделение № 105 — по субботам.

Раньше это были выходные дни, сообщили «Кур'еру» в ОАО «АСБ Беларусбанк».

Режим работы отделений № 81 и № 105:

понедельник-пятница: 9.00-19.00, обед с 14.00 до 15.00;

суббота: 9.00-15.00, обед с 12.15 до 13.00.

СПРАВКА

В ОАО «АСБ Беларусбанк» обращают внимание, что в отделениях можно осуществлять весь спектр банковских операций, в том числе оформить платёжные карточки, вклады, получить кредиты. Подробную информацию можно получить по телефонам: 5 41 59, 3 05 26 или на сайте belarusbank.by.

Кого должны кормить в больнице

Отдел новостей
info@kurjer.info

В группу «ІК» в соцсети «ВКонтакте» написала Светлана и рассказала, что лежала в инфекционном отделении Слуцкой ЦРБ с 5-летней дочерью. Случчанка спрашивает, почему кормили только ребёнка, а её — нет.

«По нормативным документам больница обязана обеспечить питание только тем родителям, дети которых не достигли трёхлетнего возраста, — объяснила Людмила Жук, заместитель главного врача по детству и родовспоможению. — К сожалению, на платной основе питание мы предоставить не можем, хотя этот вопрос поднимался. Да и желающих питаться в больнице родителей не так много, а в последнее время их вообще нет — официальных заявлений не поступало».

Людмила Жук также отметила, что заявку в пищеблок персонал отделений подаёт в течение дня три раза. «Кого-то выписали, кого-то перевели в другое отделение, кто-то выписался сам. Поэтому заявка по количеству и по столам уточняется трижды. Контроль идёт очень жёсткий — отобрать порцию у больного персонал никак не может», — добавила заместитель главврача.

Финалисты фотоконкурса «Мир сквозь очки»

В своей группе во «ВКонтакте» редакция газеты «Кур'ер» провела фотоконкурс «Мир сквозь очки». Три победителя получили сертификаты на сумму 10–50 рублей от партнёра конкурса – магазина «Еврооптика».



1-е место — Влад Кулеш



2-е место — Ирина Фурс



3-е место — Екатерина Сытько



Фото: Марина Говоровская



Фото: Маша Денисенко



Фото: Екатерина Семеняко



Фото: Надежда Кореневич



Фото: Марина Мордвинова



Фото: Александра Малибошко

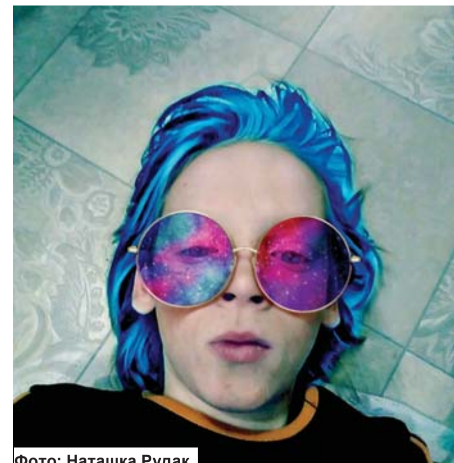


Фото: Наташка Рудак



■ ***Экология и производство.*** *По наблюдениям экологов, с 2005 года сохраняется тенденция к увеличению объёма выбросов загрязняющих веществ в атмосферный воздух предприятиями Случчины.* ФОТО: АЛЕСЬ ДОСТАНКО

Об экологии Слуцкого района

Ольга Паздерина
olja@kurjer.info

С 22 февраля по 25 марта в Слуцком райисполкоме проходит общественное обсуждение экологического доклада по стратегической экологической оценке «Схема комплексной территориальной организации Слуцкого района».

По информации Минприроды, до сих пор у Слуцкого района такой схемы не было. Прежний проект районной планировки в виде другого документа был разработан в 1989 году. «ІК» выбрал интересные цифры и факты из доклада по стратегической экологической оценке.

Какие предприятия больше загрязняют атмосферный воздух
Наиболее значимые источники загрязнения в районе — Слуцкий мясокомбинат, Слуцкий сыродельный комбинат и Слуцкий сахарорафинадный комбинат. В период 2005–2017 гг. наблюдается тенденция к увеличению объёма выбросов загрязняющих веществ в атмосферный воздух Слуцкого района.

Фермы расположены близко к домам
Примерно 80% ферм, которых в Слуцком районе более 130, не выдерживают базовые размеры санитарно-защитных зон (СЗЗ). Они расположены к жилой застройке ближе чем 300 метров. Экологи рекомендуют «разработать мероприятия, направленные на соблюдение режима СЗЗ предприятий с разработкой проекта СЗЗ и оценкой риска здоровью населения».

Какие основные загрязнители воды
Основным загрязнителем воды по-прежнему остаётся железо (централизованное водоснабжение).
В Слуцком районе отмечается устойчивое повышенное содержание нитратов в сельских шахтных колодцах. Остаётся достаточно высоким удельный вес неудовлетворительных проб из шахтных колодцев по микробиологическим показателям.

Обновлённая зона отдыха
На территории Слуцкого района предусмотрено преобразование существующей зоны отдыха местного значения «Шищицы», общая площадь которой составляет 2850 га (чуть меньше площади Слуцка).

Самый запаханный район Беларуси
Сельскохозяйственные угодья занимают 46,2% площади территории Слуцкого района. Причём в среднем по стране сельскохозяйственные угодья занимают 41% общей площади территории. А удельный вес сельскохозяйственных земель в Слуцком районе выше, чем в области, в 0,7 раза и составляет 66,2%. Доля пашни в структуре сельскохозяйственных угодий Минской области составляет 73,3%, что является максимальным показателем среди областей.

СПРАВКА
Замечания и предложения по экологическому докладу жители могут направлять в Слуцкий райисполком (каб. № 226, г. Слуцк, ул. Ленина, 189). E-mail: info@slutsk.gov.by. Контактное лицо: Пётр Петрович Тихон.

Ликвидировать мини-полигоны отходов
Экологи рекомендуют разобраться с системой обращения с отходами — ликвидировать мини-полигоны твёрдых коммунальных отходов (ТКО) с восстановлением земель, а также построить новый полигон ТКО, внедрить систему раздельного сбора ТКО от населения с досортировкой и отгрузкой вторсырья на переработку.

Краснокнижные животные
На территории района выявлено и взято под охрану 25 мест обитания диких животных, относящихся к видам, включённым в Красную книгу Республики Беларусь.

Количество мест обитания:
- чёрного аиста — 2;
- чёрного коршуна — 6;
- серого журавля — 1;
- филина — 4;
- малого подорлика — 10;
- камышовой жабы — 2.

Как записаться к врачу в детской поликлинике

Отдел новостей
info@kurjer.info

С 1 марта в детской поликлинике организован приём пациентов по предварительной записи. Заведующая поликлиникой объяснила, как это будет работать.

«Система предварительной записи введена по всей стране для удобства пациентов. Теперь им не придётся долго сидеть в очереди и можно заранее спланировать поход к врачу», — рассказала Елена Плохоцкая, заведующая детской поликлиникой Слуцкой ЦРБ. Записаться на приём к участковому педиатру можно двумя способами:
- самостоятельно в журнале, который размещён на стойке регистратуры;
- по телефону 2 91 02 с 12.00 до 19.00.

Для посещения врача возможно выбрать удобное время и день на месяц вперёд. Талон на приём брать не нужно, достаточно записаться в журнале.

Вторник остаётся днём здорового ребёнка. Родители с детьми до года также записываются предварительно.

«Если ребёнок заболел внезапно, то его примут по живой очереди в 101 кабинете или в кабинете участкового педиатра. Без медицинской помощи никто не останется. Обращаю внимание, что территориальный принцип обслуживания сохраняется. Записываться нужно только к своему участковому врачу», — добавила заведующая поликлиникой.

С кем сыграет ФК «Слуцк»

ЧЕМПИОНАТ БЕЛАРУСИ–2019. ПЕРВЫЙ КРУГ
Расписание матчей грядущего чемпионата Беларуси в 2019 году. С кем сыграет СФК «Слуцк» в первых пятнадцати турах.

Дата	Матч
31 марта	«Слуцк» — РЦОР БГУ (дома)
6 апреля	«Слуцк» — «Гомель» (дома)
15 апреля	«Шахтёр» — «Слуцк» (в гостях)
21 апреля	«Слуцк» — «Ислочь» (дома)
26 апреля	«Витебск» — «Слуцк» (в гостях)
5 мая	«Слуцк» — «Динамо-Минск» (дома)
10 мая	«Торпедо-БелАЗ» — «Слуцк» (в гостях)
19 мая	«Слуцк» — «Дняпро-МЧЗ» (дома)
24 мая	БАТЭ — «Слуцк» (в гостях)
2 июня	«Слуцк» — «Динамо-Брест» (дома)
15 июня	«Славия-Мозырь» — «Слуцк» (в гостях)
23 июня	«Слуцк» — «Минск» (дома)
29 июня	«Городея» — «Слуцк» (в гостях)
7 июля	«Слуцк» — «Торпедо» (Минск) (дома)
13 июля	«Неман» — «Слуцк» (в гостях)



Как карточки помогают выживать

***В кошельке у случчанки Натальи** около 20 карточек — банковских, скидочных, бонусных. Некоторые из них она использует постоянно, другие — несколько раз в год. Наталья рассказала «Кур̀еру», как карточки облегчают ей жизнь, позволяют экономить и не залезать в долги.*

Елена Бадьина
info@kurjer.info

У Натальи двое детей-школьников. Доход — только её зарплата. Женщина работает торговым представителем — на своём автомобиле она каждый день в разъездах.

«Я всегда беру скидочные карты, если предлагают в магазинах. Некоторые оформляю сама там, куда хожу постоянно.

Основных карточек у меня три. «Белкарт» — на неё мне переводят зарплату, но её я сразу полностью снимаю и кладу на карту «Магнит». Это удобно по нескольким причинам. Когда я трачу свои деньги в магазинах-партнёрах банка и использую собственные деньги, то получаю кешбэк за покупки (2-3%) и гашу задолженность, если она есть. На этой карте могу использовать лимит 1500 рублей.

За обслуживание карты я не плачу, потому что расплачиваюсь картой «Магнит» в магазинах на 50 рублей и больше. Кроме того, по этой карте снимаю наличные в банкоматах Слуцка. В прошлом году была за границей и без проблем рассчитывалась там картой в кафе и магазинах.

Дольше других карт пользуюсь «Халвой» — четыре года. Обзавестись ею посоветовали коллеги. У меня сейчас даже привычка выработалась: когда захожу в магазин за покупками, первым делом спрашиваю: «Обслуживаете по «Халве»? Сколько месяцев рассрочка?» В разных магазинах она разная.

В слуцких магазинах я покупала по «Халве» в рассрочку от 1 до 7 месяцев, при этом зачислялся такой же кешбэк от 1 до 7%. В «Строймаркете» — инструменты для дачи, краску, обои для ремонта, в «Ами мебель» — шторы, покрывала, в магазине автозапчастей — колёса на машину. Также ремонтировала в рассрочку машину на СТО. Много раз покупала мелочи для дома и праздников — в магазине «1000+», в мебельном магазине — диван получила не только в рассрочку на 6 месяцев, но и 60 рублей скидку. В Слуцке достаточно магазинов, которые обслуживают по этой карте.

Чтобы не пропустить срок платежа, я скачала мобильное приложение «Халва». Там вижу, что и где купила, сколько средств списано, сколько поступило, а главное, какую сумму и в какой срок я должна погасить. Проценты по использованным средствам ни разу с меня не брали, потому что погашаю в срок. Если нет приложения, то приходят в начале месяца СМС, где указана сумма платежа.

Мне очень удобно: 12-го числа зарплата, а гасить нужно до 15-го, я всегда делаю это вовремя. Для меня карты рассрочки — просто находка. С ними я уверена, что даже если вынужденно потрачу весь заработок, то без денег не останусь.

Как я с выгодой заправляю машину

Поскольку у меня разъездная работа, то заправлять машину надо часто. На заправках «Белоруснефти» рассчитываюсь картой «Магнит», за это получаю бонусы и скидку на топливо. Кроме того, если нет денег, то всегда могу заправиться по «Халве» в рассрочку на 1 месяц. Я трижды пользовалась акцией: когда заправляла 25 литров топлива, получала билет в аквапарк с 50% скидкой на троих человек. За три поездки вместе с детьми я сэкономила на билетах более 150 рублей.

Ещё у меня есть карта «Лукойл». Когда я заправляюсь или делаю на АЗС покупки, то мне начисляются баллы, которые потом переводятся в премиальные литры. Я уже получила так 20 литров топлива.

> **Основных карточек у меня три. Когда мне переводят зарплату, я сразу полностью снимаю её и кладу на карту «Магнит». Во-первых, я получаю кешбэк за покупки. И ещё я могу использовать лимит 1500 рублей**

Карты скидочные и накопительные

Постоянно пользуюсь пятью скидочными или накопительными картами:

▪ Скидочная карта в магазине «Остров чистоты». Там ежемесячно покупаю товаров примерно на 15-18 рублей. С 7% скидкой в год экономлю 14-15 рублей.

▪ Бонусная карта ТД «Радуга», по которой за каждую покупку мне начисляются бонусы, которыми я потом могу оплачивать покупки, а также бонусы к праздникам и скидка в ресторане «ТеремЪ» до 15%.

▪ Скидочная карта зоомагазина. Для своей кошки покупаю корм и наполнитель примерно на 40 рублей в месяц. Со скидкой в 5% экономлю до 25 рублей в год.

▪ Скидочная карта «Евроопта». Скидка по ней зависит от суммы покупки за прошлый месяц. Для минимальной скидки в 1% на месяц нужно купить продуктов на 100 рублей, от 100 до 300 рублей — 2%. Сейчас я стала пользоваться ею реже, потому что чаще покупаю продукты в других магазинах. Но зато при каждой покупке беру «товар удачи», выигрывала пять раз, но суммы небольшие — всего 75 рублей.

▪ Ещё у меня есть скидочная карта аптеки — 5%. Ею я тоже пользуюсь ежемесячно.

Карты фирменных магазинов

Я сама ношу обувь «Марко» и покупаю детям. При каждой покупке использую дисконтную карту: чем больше покупаю, тем больше скидка. У меня сейчас 5%, ещё и подарок был от магазина — шёлковый палантин. Обувь там покупаю только в сезон распродаж, поэтому к общей скидке, например 30%, прибавляется ещё и моя в 5%. Иногда что-то беру в «Мегатопе» и тоже пользуюсь картой скидки в 3%.

В ювелирном магазине ZIKO я покупала подарок дочери, и мне дали скидочную карту. А потом я очень удивилась, когда в день рождения прислали сообщение «Придите за подарком» и вручили серебряный кулон.

О неудобных картах

Мне не нравится бонусная карта «5 элемента». При покупке на неё зачисляются бонусы, но использовать их можно только в течение 180 дней после покупки. Но ведь техника — это не повседневный товар.

ЗОЖ



Мифы и правда об алкоголе

***Мифы об алкоголе** передаются из поколения в поколение. К примеру, одни говорят, что не стоит понижать градус — будет плохо, другие утверждают, что алкоголь — лучшее средство «для сугрева».*

Алина Минахорян
info@kurjer.info

Что из этого миф, а что правда, рассказала Анна Рыженкова, врач-консультант «Независимой лаборатории Инвитро».

Алкоголь помогает согреться
Алкоголь приводит к расширению сосудов, что на 20-30 минут создаёт ощущение тепла. Но после этого происходит резкий спазм сосудов. Как следствие, человек не может реагировать на изменения температуры. В результате организм охлаждается, и человек в состоянии алкогольного опьянения замерзает.

Нельзя понижать градус
Научных данных о том, что если ты употребляешь сильный алкоголь, а потом слабый, то организму будет совсем плохо, — нет. Но надо помнить: из-за смешивания напитков с разными составами возрастает вероятность того самого похмельного синдрома: головной боли, тошноты, снижения работоспособности.

Алкоголь надо закусывать
Это правда. Если не закусывать, быстро наступает алкогольное опьянение. Жирные высокобелковые продукты немного замедляют всасываемость алкоголя. И, соответственно, человек меньше пьянеет. Вот почему перед застольями рекомендуют хорошенько поесть и чуть-чуть выпить дома. При этом продукты, которые советуют употреблять перед праздничным столом и во время самого банкета, должны содержать жиры, белки, углеводы.

Употребление алкоголя приводит к набору веса
Любой алкоголь калориен. Это углеводный продукт. Поэтому людям, которые придерживаются диет, рекомендуется его исключить. Можно себе позволить только красное сухое вино — не больше полбокала в день.

Похмелье лечится алкоголем и аспирином
Традиционно считается, что да. После небольшой дозы алкоголя человеку во время похмелья становится легче. Каждый день по чуть-чуть. Потом теряется контроль. И вместо маленькой дозировки добавляется ещё и ещё. Это уже приводит к очень тревожной ситуации — алкоголизму.

Что касается аспирина, он помогает справиться с интоксикацией и головной болью. И действительно убирает симптомы похмелья. Но надо помнить, что аспирин — препарат, который влияет на печень очень жёстко. Плюс вчерашний алкоголь — и мы получим двукратную нагрузку на печень.

Конечно, и алкоголь, и аспирин облегчат состояние во время похмелья. Но окажут негативное воздействие на организм. Поэтому лучше заменить их минералкой. А в идеале вообще не доходить до состояния, после которого возникает похмельный синдром.

> **Аспирин помогает справиться с интоксикацией и головной болью. И действительно убирает симптомы похмелья. Но надо помнить, что аспирин влияет очень жёстко на печень**

> **Жирные высокобелковые продукты немного замедляют всасываемость алкоголя. И, соответственно, человек меньше пьянеет. Поэтому перед застольем рекомендуют поесть**

Большой разговор в «Мяте»



***Молодые случчане** рассказали, почему в городе получается один бизнес и не идёт другой, вернутся ли в Слуцк различные фестивали, что нового и интересного они могли бы предложить городу.*



Владислав Шилович,
индивидуальный предприниматель

Два года назад открыл в Слуцке чайную лавку, предлагал качественные элитные сорта чая. Но бизнес пришлось свернуть через год. Высокая себестоимость товара при низкой наценке (около 20%), дорогая аренда – около 150 евро за 3 м², альтернатива в виде дешёвых чаёв. Сейчас если бы открывал чайный павильон, то позиционировал его как фитомагазин или магазин здорового питания.
Мой второй бизнес по продаже чехлов и аксессуаров для сотовых телефонов оказался более успешным. Случчане покупают чехлы, потому что им нужно "здесь и сейчас". Зачем ждать месяц посылки с «Алиэкспресс»? Кроме того, у нас низкие цены в городе. Плюс и в том, что люди видят, что они покупают.
Что касается задумок, интересных для города и случчан, то они были и есть. Несколько лет назад я хотел облагородить горку за Домом культуры. Открыть там зимой прокат тюбингов, организовать продажу горячих напитков и обезопасить территорию забором. Не удалось, так как на это не дали разрешения. Место оказалось неприспособленным для такого развлечения.
Тогда мне поступило встречное предложение от Владимира Домановского, бывшего председателя Слуцкого райисполкома, организовать на Мир-Горе (район д.Сороги – Прим. ред.) свои «Силичи». Однако Домановского потом повысили, и на этом всё закончилось.
Возможно, в будущем что-то и получится сделать в этом направлении. Но для этого надо собрать группу бизнесменов, разделяющих эту идею.



Денис Василевич,
программный директор Viva Braslav

В 2018 году я попал на фестивали в качестве волонтёра. Был ассистентом программного директора Viva Braslav, а уже в начале 2019-го мне предложили эту должность. Я отвечаю за разработку и реализацию креативной концепции проекта.
Мои друзья и знакомые из Слуцка часто посещают мероприятия подобного плана, потому что им надоело сидеть на одном месте в сером городе. Людям всегда хочется чего-то нового, весёлого и интересного. Ходить на какие-то мероприятия, которые проходят только на праздники и до 21 часа, современная молодёжь уже не хочет.
В Беларуси есть такие же крутые артисты, как и в России, и в Украине. Но у нас нет медийности. Я считаю, что это в первую очередь из-за того, что у нашего народа просто нет денег для своего продвижения и никто им в этом не помогает. Популярность артиста зависит не только от него, тут должна работать большая команда. Ну и, конечно же, масс-медиа.
А у нас получается, что ребята выпускают свою музыку в пустоту.
Однажды у меня была мысль о том, чтобы организовать в Слуцке фест с приглашёнными артистами. Пусть это были бы не звёзды первой величины, но всё же. Но после того, как я прошёлся со своим предложением по райисполкому, желание у меня пропало. Я не хотел, чтобы «организатором» моей идеи по документам являлся БРСМ.



Владислав Курто,
владелец клуба Fatality

При открытии чего-то нового страх есть всегда. Но если ничего не делать, то можно умереть от скуки.
Наш клуб для Слуцка — новинка. Идея косплея (костюмированная игра, в которой участники полностью отождествляют себя с любимыми героями компьютерных игр, аниме, манги, фильмов — Прим. ред.) при открытии родилась сама собой. У меня много друзей, которые участвуют в различных костюмированных шоу в Беларуси и России. Когда я сказал им про открытие клуба, они сразу же предложили мне свою помощь. Отзывы от гостей были положительные. Всем понравилось фотографироваться с косплеершами и играть с ними в игры. И родители, и дети были счастливы, что пришли в этот день ко мне.
Я хотел развивать клуб для соревнований, поэтому и начал их проводить. Но после нескольких турниров понял, что случчане боязливые. Многие приходят играть, но как только речь заходит о турнире, все боятся проиграть незнакомым людям. Чтобы решить эту ситуацию, стал организовывать тематические вечера. Люди приходят, играют практически бесплатно и знакомятся с единомышленниками. Но страх проигрыша пока не удалось побороть. Набирается не более 15 человек, а хотелось бы видеть хотя бы 50.
Надеюсь, случчане оценят мои старания подарить им незабываемые эмоции от турниров и духа соревнований. Буду и дальше стимулировать их на игры в турнирах. Возможно, получится найти настоящих киберспортсменов и организовать собственную команду.



Егор Грачок,
программист

Это правда, что в Беларуси успешно развивается IT-сфера. Наша страна сравнима с Индией, которая также считается IT-страной. Почему? У нас выгодные условия для развития этого бизнеса. У белорусских программистов с европейскими зарплатами подоходный налог всего 9%. А ещё уйма привлекательных условий для иностранных компаний, чтобы открыть тут свои филиалы и не платить втридорога в своих странах.
Если ехать в Европу работать программистом, то там можно затеряться. Там уровень зарплат инженера-строителя, инженера-дорожника и инженера-программиста будет примерно одинаковым. Ты уже не выделяешься на фоне других профессий. Безусловно, это популярная профессия во всём мире, но именно в Беларуси она выделяется с финансовой стороны. Стартовая зарплата — 500 долларов. Но зарплата — понятие персональное и строго конфиденциальное. Ты не знаешь, сколько получает твой сосед слева, делая идентичную работу. Если верить статистике в интернете, то средняя зарплата — около 2000-2500 долларов. Я полагаю, эта цифра занижена.
С точки зрения IT-технологий в Слуцке можно было бы подумать над электронной системой оплаты проезда в общественном транспорте. Это решило бы проблему обращения с монетами и разгрузило бы кондукторов, модернизируя их в контролёров. Хотя, с другой стороны, это уменьшило бы количество рабочих мест в автопарке.



ПАРТНЁРЫ ВСТРЕЧИ

Напомним, к 23 февраля «Кур`ер» и партнёры провели в лаунж-баре мероприятие для успешных и активных случчан. Партнёрами встречи стали:
- **Компания «Фармин»** (генеральный партнёр) — единственная в Беларуси, которая выпускает презервативы Indigo. Сайт — indigo.com.by.
- **Алексей Каток,** мужской мастер-парикмахер (улица М. Богдановича, 5, @m.barber_alex.k).
- **Максим и Юлия Карака,** владельцы магазина «Бухта» (ТЦ «Континент», @buhta_slutsk).
- **Слуцкие перевозчики «Фаворит 999»** (8 029 (33), (44)) 741 60 00, сайт — slutsk-minsk-marshrutka.by).
- **Участники «Слуцкого автоканала»** (vk.com/avtokanal_slutsk)



Виталий Полещук,
рэп-исполнитель

Я никогда не был суровым рэпером и не старался делать много альбомов. Я представлял публике то, что приходило в голову, и делал это на сцене. Записей было мало, в основном какая-то лирика и баттлы. В 2011 году мы закончили выступать. Мы решили помолчать, потому что неправильного рэпа стало больше, чем правильного, который мы показывали. Каждый из нас занялся своими делами, но все мы думали о рэперском стартапе: как вернуться назад, как поднять слуцкий рэп и чтобы были концерты.

У нас, у музыкантов, нет поддержки. Спонсоры не горят желанием с нами работать. Какая им выгода от сотни проданных билетов на концерт? Участь у музыкантов такая, что всё приходится делать самим или искать концертного директора, который захочет заниматься этим в творческом плане, а не только в финансовом. А пока нам помогают такие организации, как «Кур`ер», раньше «Слуцкі край» подключался.

Ещё несколько лет назад концерты были популярны у случчан, потому что не было безлимитного интернета. Люди выходили на улицу, шли на концерты. И им это нравилось, ведь рэп-фестивали — это больше уличное движение. Потом пришла эра смартфонов, безлимитного интернета, и люди больше сидят по домам.

Сейчас мы стараемся сделать что-то новое, чего ещё нет. За 2019-2020 годы мы должны вернуться, и в Слуцке, надеюсь, начнут проходить фестивали.

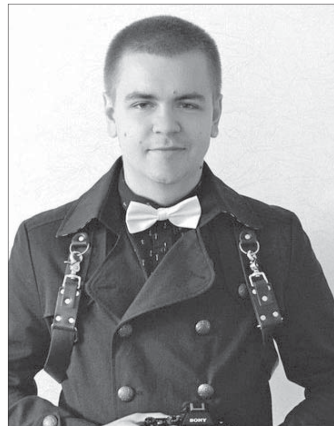


Алексей Ивончик,
байкер клуба Iron Pride MC

В Слуцке редко проходит открытие и закрытие мотосезонов, потому что в городе мало людей, приобщённых к мотокультуре. Организатору (мотоклубу IRON PRIDE MC) выгоднее, чтобы они подключились к мероприятию в Солигорске. И мы не видим необходимости распыляться. Однако в этом году рассматриваем возможность сделать слуцко-солигорское открытие мотосезона. Сейчас ведём диалог с властями Слуцка и Солигорска. Ищем площадку в вашем городе, чтобы провести развлекательную программу.

С трёхдневным мотофестивалем, который прошёл в Слуцке в 2016 году, особых проблем не было. Но не без нюансов. Наверное, где-то мы что-то упустили, где-то плохо договорились с местными властями — недопоняли друг друга. Мне кажется, что когда кто-то делает мероприятие для вашего города, то ему нужно помочь. Хотя бы выделить сотрудников милиции, «скорой» и спасателей. Мы же платили за всё из собственных карманов — большую часть, но также нам помог спонсор — ООО «ЭкспоСистемс».

Представители разных направлений должны вести общественную работу с людьми. Мы, байкеры, общаемся со всеми — детьми, молодёжью и взрослыми. Ведь компьютеры и домашний быт немного «убивают». Многие видят нас на улице, в кафешках, на различных тусовках. Подходят и спрашивают про мотодвижение. Стараемся подтягивать их — рассказывать, показывать и приглашать вступать в клуб. Мы хотим, чтобы не только парни, но и девушки были технически грамотные.



Денис Бондарев,
фотограф

В самом начале своего творческого пути я сходил всего на два мастер-класса по портретной и свадебной съёмке к минскому фотографу Владимиру Петрову. Параллельно пытался найти слуцких фотографов, которые согласились бы делиться со мной информацией и своим опытом. Единственным, кто на это согласился, был Михаил Лагун.

С ним же мы стали проводить в Слуцке уроки по фотографии. На них приходили подростки, которым мы рассказывали и показывали, как снимать. В 2012 году в Слуцке прошла выставка местных фотографов «Понятно без слов».

Почему сейчас подобного не проводится? Наверное, потому что активные люди живут в других городах, им не хватает времени. Кроме этого, выставки отчасти стали неактуальны из-за интернета. Фотографы всё выкладывают в соцсети, и людям не нужно идти в галереи. Но вижу, что в плане фотографии случчане развиваются, в том числе благодаря «Кур`еру», который освещает модные тенденции. Например, всё больше молодожёнов выбирают выездную регистрацию, а не ЗАГС.

Виктория Капская
info@kurjer.info

Офтальмолог отвечает на вопросы читателей «IK»

Екатерина Романова
врач-офтальмолог
сети магазинов «Еврооптика»

Правда ли, что черника улучшает зрение?
Фрукты, овощи, ягоды необходимы организму. Но польза некоторых из них явно преувеличена. Не существует ни одного научного исследования, которое могло бы подтвердить факт пользы черники для зрения. Плоды черники содержат мало витаминов (кроме аскорбиновой кислоты) и, невзирая на устоявшееся мнение, характеризуются невысоким содержанием каротиноидов, в т.ч. лютеина и его изомера зеакситина (в 100 г около 1% суточной нормы). Максимальное же количество лютеина содержится, например, в шпинате и петрушке.

С какого возраста можно носить линзы?
Вопрос не однозначный. По сути, хоть с 3-х месяцев! Ведь есть разные показания к ношению линз: аномалии рефракции, афакия (особенно монокулярная), кератоконус, по профессиональным показаниям.
Во времена моей учебной практики видела ребёнка 5-ти месяцев с врождённой катарактой и гемофтальмом, которому после витреоленсэктомии использовали мягкую контактную линзу.
Для коррекции аномалий рефракции в нашей стране рекомендуется ношение МКЛ приблизительно с 10-12 лет, когда ребёнок полноценно осознаёт ответственность процесса, может самостоятельно их использовать и соблюдать все требования.

Правда ли, что если надеть очки, то зрение будет ухудшаться, и чем позже наденешь, тем лучше?
Это ошибочное мнение. Многие люди отказываются носить очки, полагая, что зрение будет только ухудшаться. Здесь, скорее, срабатывает психологический момент. Человек с плохим зрением привыкает видеть окружающий мир нечётким, размытым. Надев очки, он словно открывает для себя мир заново: изображение становится более чётким, цвета более насыщенными, яркими. Человек привыкает к этому и, сняв очки, снова испытывает дискомфорт.
Ему кажется, что зрение, которое было хорошим, резко ухудшилось. Но это не так.

ЛУННЫЙ КАЛЕНДАРЬ С 8.03 ПО 20.03

Дата	Луна в знаках зодиака	Рекомендуемые работы
7.03	Новолуние. Луна в Рыбах	Лунный посевной календарь садоводов и огородников не рекомендует работать с растениями в период новолуния.
8.03 9.03	Растущая Луна в Овне	На подоконнике — можно рыхлить сухую землю, прореживать всходы, окучивать. Обрабатывать растения от болезней и вредителей. Не рекомендуется — все посевы, посадки, пересадка, поливы и подкормки. В саду — санитарная обрезка.
10.03 11.03 12.03	Растущая Луна в Тельце	На подоконнике — замачивание и проращивание семян, посев на рассаду огурцов, скороспелых томатов, перца, баклажанов, капусты, в т.ч. краснокочанной, позднеспелой и ранней, цветной, брюссельской, кольраби, брокколи для открытого грунта. В теплице — посев редиса, зеленных, салата, минеральная подкормка, полив. Выкладка картофеля на проращивание. Цветоводам — благоприятный день для посадки однолетних и многолетних цветов. Не рекомендуется — пересадка, пикировка, рыхление в зоне корней. В саду — формирующая обрезка, заготовка черенков для прививки. Прививка и перепрививка деревьев. Лечение ран, побелка стволов.
13.03 14.03	Растущая Луна в Близнецах	В теплице — посев укропа, тмина, фенхеля, кинзы, фасоли, гороха, лука-порея, раннего редиса. Пересадка растений. Борьба с вредителями и болезнями, прополка, рыхление почвы. Цветоводам — посев и посадка ампельных и вьющихся декоративных растений. Не рекомендуется — обрезка плодовых деревьев. Заготовки — соление и квашение капусты.
15.03 16.03	Растущая Луна в Раке	В теплице, на подоконнике — посев на рассаду перца, ранних огурцов, томатов, кабачков, цукини, ранней капусты, кольраби, кочанного салата, физалиса, майорана. Пикировка. Высадка рассады томатов, огурцов, цветной капусты в обогреваемую теплицу. Полив. Выгонка лука на перо. Выкладка картофеля на проращивание. Цветоводам — благоприятный день для посадки однолетников. Не рекомендуется — использование ядохимикатов. В саду — прививка и перепрививка деревьев. Внесение минеральных удобрений. Посадка кустарников. Заготовки — соление и квашение капусты.
17.03 18.03	Растущая Луна во Льве	В теплице — рыхление сухой земли, прополка, подготовка грядок. Большинство овощных культур сеять не рекомендуется. Исключение составляет салат, скорцонера, фенхель, базилик. Не рекомендуется — поливы, подкормки, прищипки, пасынкование, обрезки плодовых деревьев. В саду — при тёплой погоде опрыскивание деревьев по спящим почкам.
19.03 20.03	Растущая Луна в Деве	В теплице — пикировка и пересадка сеянцев. Подготовка грядок, прореживание всходов, прополка, борьба с вредителями и болезнями. Минеральная подкормка корнеплодов. Цветоводам — благоприятный день для посева однолетних цветов. Не рекомендуется — замачивание семян. В саду — вырезка лишних ветвей деревьев и кустарников. Прививка.

Сад-огород



Выращиваем рассаду

***Случчанка Мария Семенович**, агроном по специальности, рассказала, как вырастить хорошую рассаду, чем её поливать и как закаливать.*

Алина Довгер
info@kurjer.info

Чтобы рассада росла как на дрожжах, нужно солнце, тепло и вода. Семена самых распространённых и популярных у случчан овощей — огурцы, томаты, перцы, баклажаны и арбузы — высаживаются на рассаду в начале марта.



■ ***Весенний старт.*** *Успех в выращивании здоровой рассады зависит не только от качества семян, но и от правильного ухода за всходами и соблюдения агротехники.* ФОТО НОСИТ ИЛЛЮСТРАТИВНЫЙ ХАРАКТЕР

Выбираем землю

Грунт для рассады я советую покупать. В нём есть все необходимые макро- и микроэлементы для роста культур. И главное — в нём нет личинок вредителей и инфекций. Необдуманно и неправильно просто пойти в огород, набрать земли и посеять в неё семена. Ведь, например, для рассады капусты нельзя использовать землю, на которой ранее выращивались крестоцветные (в ней наверняка есть инфекции, характерные для капустных культур, и вы можете погубить свою рассаду уже на начальном этапе её выращивания).

Не закапываем семена

Если заглубить семена в почву больше, чем требуется, это может стать причиной того, что они не прорастут вообще или прорастут единицы.

Глубина заделки семян для большинства видов культур равна 2 диаметрам семени. Информацию о глубине заделки семян производители, как правило, указывают на упаковке.

Не загущиваем

Типичная ошибка — загущённый посев семян, последствиями которого станет слабая вытянувшаяся рассада и не только. Загущённые посевы намного чаще поражаются болезнями. Им не хватает места для нормального развития, они испытывают недостаток питания и в результате развиваются неравномерно, становятся очень хрупкими.

Правильно поливаем

Полив сразу после посева приводит к тому, что семена вместе с водой затягиваются в глубь грунта. Это значит, что они значительно дольше будут прорастать, если прорастут вообще.

Почву в ящиках для выращивания рассады необходимо поливать перед посевом, при этом следует использовать воду комнатной температуры. Если требуется увлажнить грунт после посева, сделайте это с помощью пульверизатора.

Растим и закаливаем

Рассаду надо закаливать сменой температур. Днём целлофан открывать, а на ночь закрывать. Закалённая рассада не будет бояться заморозков, когда вы её высадите в открытый грунт.

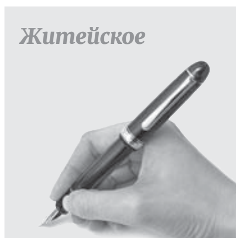
Чем подкармливать

Для быстрого роста рассаду можно подкармливать азотными, фосфорными удобрениями в умеренных количествах. Их можно приобрести в специальных магазинах.

Существуют народные рецепты для подкормки рассады. Почву между ростками можно посыпать небольшим количеством мелкого древесного пепла и полить. Или настоять на воде луковую шелуху (1–2 дня), полученный настой развести водой в пропорции 1 к 10 и поливать им рассаду.

Если рассада не всходит

В идеале семена всходят за 4–5 дней. Если семена не всходят в течение 10 дней, нет смысла ждать. Возможно, они оказались не лучшего качества. Нужно быстрее купить новые и сажать снова.



Бороться с недугом вместе легче

Солигорская средняя школа №1 *— типовая современная школа. Только на стене здания со стороны двора нанесён рисунок, изображающий ребёнка в инвалидной коляске. Здесь наравне со здоровыми детьми учатся четверо ребят с диагнозом «церебральный паралич».*

Владимир Амельченя
info@kurjer.info

В школе для этого созданы необходимые условия: построен пандус и лифт, оборудован санузел, организован подвоз транспортом, введены ставки помощника воспитателя для сопровождения детей.

Меня ведут по коридору школы. У дверей в класс стоит инвалидная коляска. Здесь во 2 «А» учится Серёжа Голубев. Заходим. Дети встают и приветствуют нас. Только за первой партой мальчик немножко задержался. Педагог Ольга Анатольевна хвалит детей: «Вот какие они у меня молодцы!» Действительно, по первому взгляду и не определишь, что среди детей есть мальчик, который передвигается на коляске.

Урок продолжается. На вопросы учительницы дети тянут руки, чтобы ответить. Серёжа Голубев поднимает руку даже раньше некоторых сверстников. На перемене Ольга Анатольевна рассказывает: «Мальчик очень доброжелательный, улыбчивый и общительный. Родители часто приносят в класс интересные игрушки, чтобы дети играли с ним вместе. Передвигаться по школе (в туалет, столовую) ежедневно помогает помощник воспитателя. Им выступает бабушка Серёжи».

Бабушка Валентина Ивановна говорит, что в школу внук ходит с удовольствием. «Учится по общей программе наравне со всеми детьми, — рассказывает она. — Дома с ним очень много работают родители: не менее двух часов в день занимаются чтением, письмом, физическими упражнениями. В квартире для этого оборудована гимнастическая стенка, турник.

Летом Серёжа ежедневно катается верхом на лошади. Для этого возим его в Минск в конно-спортивную школу.

Ещё он ходит в церковно-приходскую школу, участвовал в спектакле к Рождеству Христова».

В 4 «Б» учатся по программе общего среднего образования Макар Антонович и Софья Лобан. Для них организованы коррекционные занятия с педагогом-дефектологом.

По плану у Ольги Бородько, учителя-дефектолога, был урок белорусского языка. «Работаю с этими детьми второй год, — рассказывает она. — Каждый урок начинаем с рассказов, как они провели минувший день. Учатся старательно, программу осваивают. Одна проблема: медленно пишут, ещё временами надо работать над правильным произношением слов».

Ольга Бородько считает, что детей с ДЦП можно и нужно учить. «Бывший ученик нашей школы работает в Солигорске программистом. Это о многом говорит», — считает педагог.

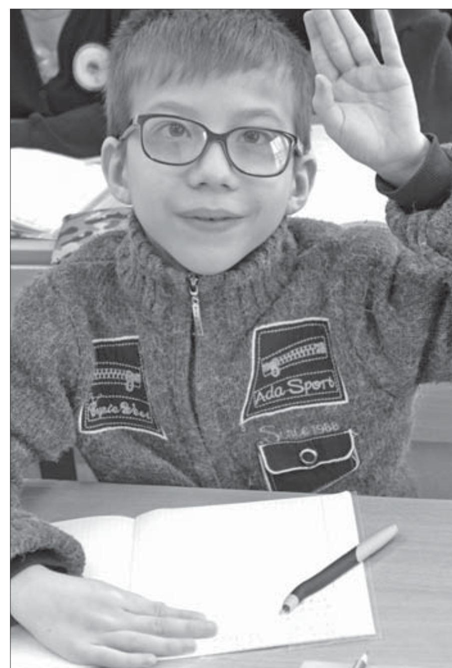
Серёжа — мальчик очень доброжелательный, улыбчивый и общительный. Передвигаться по школе (в туалет, столовую) ежедневно помогает помощник воспитателя. Им выступает бабушка Серёжи



■ ***Школа с особенностями.*** *В школе созданы необходимые условия для обучения детей, передвигающихся на инвалидных колясках.* ФОТО: ВЛАДИМИР АМЕЛЬЧЕНЯ



■ ***Спецкурс.*** *Софья Лобан и Макар Антонович занимаются с педагогом-дефектологом.*



■ ***Вместе со всеми.*** *Серёжа Голубев ходит в школу с удовольствием.*



Как вернуть волосы к жизни после зимы

***Вот уже и весна.** И так хочется снять шапку или капюшон, но состояние волос после зимы оставляет желать лучшего. Эксперт «Кур'ера» Элеонора Сапега рассказывает, как вернуть волосам блеск и шелковистость без лишних усилий.*

Элеонора Сапега
info@kurjer.info

Волосы можно восстановить разными способами: подойдут и бабушкины методы, и современные салонные процедуры.

Домашний уход

Давно известный и всё ещё достаточно популярный способ — это обёртывание волос в домашних условиях.

Бесспорное преимущество этого способа в его доступности. Восстановить повреждённые волосы помогут любые масла, мёд, яичные желтки и другие известные из бабушкиных рецептов ингредиенты. Особое внимание стоит уделить маслам, например, кокосовому или аргановому.

Делать процедуру восстановления дома немного хлопотно, но не сложно. Наносим масло или люблю другую приготовленную маску, укутываем плёнкой, чтобы создать тепловой эффект, и держим на волосах не менее 2 часов. Важное условие — не наносить масла близко к коже головы. Иначе волосы приобретут плотность и блеск, но потеряют объём.

По истечении необходимого времени смывам маску тёплой водой. Как правило, применение других средств после такой процедуры не требуется.

Минус домашних масок в их более низкой восстанавливающей способности по сравнению с профессиональными уходами. Их нужно долго выдерживать на волосах. Для получения явно выраженного эффекта такие маски нужно делать регулярно — не реже одного раза в неделю.

Профессиональный уход

Профессиональные средства для восстановления волос содержат все те же масла, витамины и протеины, но способны не только значительно глубже проникать в структуру волоса, наполняя его изнутри, но и задерживаться в нём дольше.

Многие марки профессиональной косметики предлагают восстановительные процедуры с эффектом ламинирования. Состав маски не только питает волос изнутри, но и обволакивает его снаружи, делая плотным, блестящим и упругим.

Такие процедуры вполне по силам сделать дома. Стоимость профессионального ухода выше, но и «носимость» процедуры — тоже. Их достаточно проводить 1 раз в 2-3 недели. Как правило, волосы перед процедурой с эффектом ламинирования необходимо вымыть, потом нанести маску на 30 минут, далее смыть её и закончить процедуру завершающей сывороткой.

Подобрать профессиональный уход помогут консультанты магазинов профессиональной косметики.



Салонные процедуры

Процедуры восстановления волос, которые предлагают в салонах, более дорогостоящие. Но положительные отзывы клиентов позволяют думать, что они стоят своих денег.

От кератинового разглаживания до выпрямления при помощи глиоксиловой кислоты — только довольные клиентки.

Принцип эффективности таких процедур прост: натуральные белки, которыми являются кератин и глиоксиловая кислота, минимальное содержание вредных веществ и создание дополнительного тепла. Именно тепло позволяет кутикулам волос хорошо раскрыться, а белкам глубоко встроиться в структуру волоса.

Для этого на подготовленные волосы наносят состав, выдерживают его и вытягивают волосы утюжком.

При правильно выбранной температуре утюжка такие процедуры эффективно запаивают белок внутри волос и не причиняют им вреда.

Завершают процедуру спреем, придающим блеск.

Некоторые производители, чтобы свести агрессивное воздействие на волосы к минимуму, заменили использование утюжка специальным термоактиватором, который разогревает волосы до нужной температуры.

После салонной процедуры ваши волосы будут выглядеть максимально эффектно до 3 месяцев.

> **Восстановить повреждённые волосы помогут любые масла, мёд, яичные желтки и другие известные из бабушкиных рецептов ингредиенты**



■ ***Работа и закон.*** *Сотрудники таможни проверяют рабочих на стройке. Как считают эксперты, львиная доля теневой экономики приходится в Германии на строительный сектор.* ФОТО: DW.COM

Нелегальная работа — ущерб экономике

Марина Борисова
dw.com

Желающих подхалтурить в Германии немало. И не только иностранцев. Немецкая экономика ежегодно теряет до 300 миллиардов евро от нелегалов. Но и блюстители закона не спят.

Подстригли газон соседу? После работы в автомастерской заехали починить машину другу? Когда речь идёт об оказании услуг в порядке личного одолжения, о помощи «по-дружески» родственникам, соседям или просто знакомым, — всё чисто. Но если вы подхалтурили, слевачили (по-немецки это называется Schwarzarbeit, буквально — «работа по-чёрному») и прилично заработали, скрыв это от налогового ведомства, то здесь уже вмешивается закон. Любая трудовая деятельность, которая связана с сокрытием налогов и уклонением от уплаты социальных взносов, считается нелегальной.

Примерно семь тысяч сотрудников немецкой таможни (Zoll) борются против таких нарушителей немецкого законодательства. Первичная их задача — проверять, как соблюдаются соответствующие предписания. А если будут выявлены нарушения, то таможенники берут на себя привлечение нарушителей к ответственности — причём как тех, кто таким образом подхалтурил, так и тех, кто заплатил им за это.

Нелегальный труд и ущерб немецкой экономике

Нелегальная занятость уничтожает законные рабочие места, приводит к росту безработицы и лишает государство доходных поступлений за счёт налоговых и социальных отчислений.

В 2018 году немецкая экономика не досчиталась более 300 миллиардов евро, подсчитали эксперты Института прикладных экономических исследований. Львиная доля теневой экономики приходится на строительный сектор. Правда, оценки здесь сильно расходятся: от 9 до 30 процентов от общего ущерба.

В середине февраля 2019 года сразу в четырёх федеральных землях с участием 250 сотрудников таможни, полиции и других ведомств была проведена массовая проверка строек для того, чтобы выявить, кто работает там нелегально. В поле зрения сотрудников таможни и прокуратуры попали 17 объектов строительной отрасли. Ущерб, нанесённый в результате уклонения от уплаты социальных отчислений, только в одном этом конкретном случае оценивается в миллион евро. И это только вершина айсберга, подчёркивают в штаб-квартире немецкой таможни (Generalzolldirektion). Нелегальный труд особенно сильно бьёт по таким отраслям, где задействованы рабочие низкой квалификации и не так важно знание немецкого языка. Это индустрия общественного питания, строительство, клининг и уборка зданий, — приводят примеры таможенники.

> **В 2018 году немецкая экономика не досчиталась более 300 млрд евро, подсчитали эксперты Института прикладных экономических исследований. Львиная доля теневой экономики приходится на строительный сектор**

Штраф и высылка из страны

Немцы довольно часто помогают своим соседям или знакомым. Если знакомый помог обрезать деревья и получил за это небольшое денежное вознаграждение, это ещё не является правонарушением. Как подчёркивают в штаб-квартире немецкой таможни, «одолжения или услуги, оказанные в рамках помощи соседям, не являются незаконными, даже если за эту услугу платят небольшую сумму». Какая именно сумма считается здесь небольшой? Чётких границ не существует. Решающим является тот факт, объясняют немецкие таможенники, что оказание услуг не поставлено на поток и не является постоянным источником дохода одной из сторон.

«Предоставление работы иностранцу, у которого нет соответствующего разрешения на пребывание в Германии, может преследоваться наказанием в виде наложения штрафа в размере до полумиллиона евро. При определённых условиях на работодателя может быть наложено наказание в виде лишения свободы», — объясняют в немецкой таможне. Теоретически — до 10 лет, если работодатель много, организованно и не первый раз использовал или предоставлял нелегальную рабочую силу.

Но это самое жёсткое наказание. Как правило, речь всё-таки идёт об административном правонарушении, а здесь максимальный размер штрафа — 50 тысяч евро. Плюс придётся заплатить социальные отчисления — даже на уборщицу, которая приходила раз в неделю и получала «налом» 20-30 евро. В общем, тоже немало.

Конечно, электрика, который время от времени подхалтуривает после завершения своего «официального» рабочего дня, или уборщицу, которая моет полы в чьей-то квартире, поймать трудно. А вот если речь идёт об организованной группе, фирме, промышляющей такой нелегальной деятельностью, то блюстители закона почти наверняка выйдут на след нелегалов. Достаточно будет сравнить объём работы, количество работающих, размер социальных отчислений и так далее.

И ещё один момент, на который обращает особое внимание немецкая таможня: граждане государств, которые не входят в ЕС, в том числе россияне и украинцы, должны иметь соответствующее разрешение на пребывание в стране, которое даёт им право заниматься той или иной трудовой деятельностью. Что грозит, если поймают? Правонарушителя могут выдворить из страны, да ещё после этого запретить на несколько лет въезд в шенгенскую зону. Впрочем, как сообщили в штаб-квартире немецкой таможни, «граждане России, Украины и Беларуси не были особо замечены среди таких нелегальных рабочих».

УНП 101166185 Посольство ФРГ в РБ



20 причин, почему так хорошо быть женщиной

1 Мы можем быстро решить любую проблему, просто заплакав. При этом мужчина ещё будет чувствовать себя виноватым.

2 Если мы поцелуемся с подружкой или возьмёмся с ней за руки, это ни у кого не вызовет никаких подозрений.

3 В туалетах у нас отдельные кабинки, и нам не надо опасаться, что «соседи» захотят помериться с нами своим достоинством (даже мысленно).

4 По статистике, в тюрьмах содержится в три раза больше мужчин, чем женщин. А это значит, что мы или слишком хорошие, чтобы совершать преступления, или же достаточно хитрые, чтобы не быть пойманными.

5 Мы можем сколько угодно разговаривать с мужчиной, фантазируя при этом, какой он в постели, и ничем себя не выдать.

6 Мы можем списать любое настроение и порыв гнева на пред-, пост- и сам менструальный синдром.

7 Мы болтаем с мамой 2 часа, и никто не говорит презрительно, что мы «маменькины дочки».

8 Женщин спасают с тонущего «Титаника» первыми.

9 Если мужчина виноват, мы можем потребовать от него дорогой подарок, а если не виноват, мы всегда найдём способ доказать обратное.

10 Женщине не надо ехать встречать своего парня из аэропорта, чтобы он не возвращался поздно ночью один домой.

11 Мужчина должен держать слово, а мы всегда можем передумать.

12 Иногда шоколад действительно помогает решить все наши проблемы.

13 В жаркое лето нам не нужно париться в брюках, мы можем надеть юбку.

14 Мы вполне можем потратить всю свою зарплату только на себя.

15 В мужской одежде (особенно рубашке) мы выглядим сексуально. Мужчины же в женской одежде выглядят…. ну, сами знаете…

16 Если женщине нечего сказать, многие мужчины будут от этого только в восторге.

17 У женщины никогда не было, нет и не будет тёщи.

18 Женщине не говорят: «Убери свои лапы, или я позову милицию!»

19 Если женщина пытается вести себя по-мужски, про неё говорят: «Смотрите, какая сильная и самостоятельная женщина!» Если же мужчина попытается вести себя по-женски, его просто назовут…. ну, сами знаете кем.

20 Если партнёр на 30 лет старше женщины, это никого не удивляет и не вызывает никаких вопросов.

Записки Язэпа



Главная опасность для неокрепшей детской психики — неокрепшая взрослая.

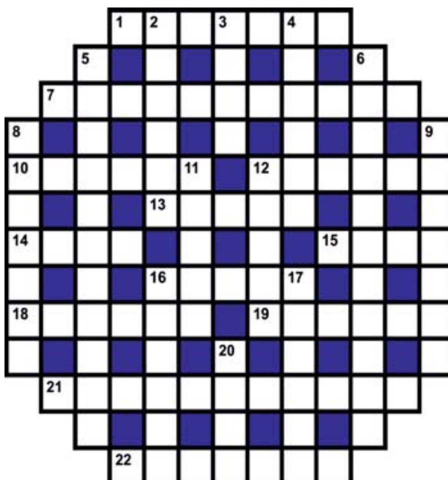
Когда кто-то пытается поставить себе диагноз по данным в интернете, в мире грустит один врач.



Кто у нас слабый пол?

К. Калина
Слуцк

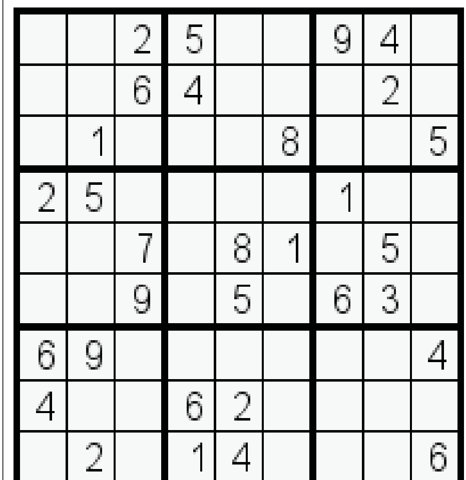
Из разных женщины причин
Отвоевали у мужчин:
Возможность брюки им носить,
В клубах ночных чтобы тусить,
Стрижки короткие иметь,
Водить машину чтоб уметь,
Вопросы сложные решать,
Семью кормить и содержать,
Ремонты все производить,
Во власть на выборах ходить,
Работать с ними наравне
И воевать чтоб на войне!
А что мужчина смог забрать?
Умение сидеть и ждать,
Когда он, наконец, дождётся,
Из женщин кто его добьётся?!
И сможет сытно накормить,
По жизни им руководить,
Оставив пиво и футбол…
И кто же тут есть слабый пол?



По горизонтали
1.Шов, соединяющий Северное и Южное полушария. 7.Тайные, скрываемые подробности. 10.Вздор, пустяки, нелепость. 12.Отказ от работы. 13.«Делохранитель». 14.Вымещение накопившейся злобы. 15.Город и порт во Франции. 16.Неотъемлемый атрибут Деда Мороза. 18.Книга репродукций. 19.Природа, действительность. 21.Наука о языке. 22.Порочащая ложь.

По вертикали
2.Государство в Северной Америке. 3.Корабль, приплывший в Колхиду за золотым руном. 4.Суша, окружённая водой. 5.Напарник по пьянству. 6.Складная кровать. 8.Рабочий стол слесаря. 9.С его помощью пилот управляет элеронами и рулями высоты. 11.Город в Голландии, в котором есть «Дом Дьявола». 12.Бык прерий. 16.Представитель народа Азии. 17.Холодное оружие. 20.Столица Украины.

Ответы на кроссворд в №9
По горизонтали: 1.Ленивец. 8.Икебана. 9.Секатор. 10.Кочерга. 11.Руапеху. 12.Леность. 13.Бунтарь. 17.Геккон. 20.Дискобол. 21.Обшлаг. 22.Жизнелюб. 23.Урания. 24.Реверанс.
По вертикали: 1.Лесоруб. 2.Нокдаун. 3.Встреча. 4.Циркуль. 5.Венчание. 6.Набросок. 7.Мараньон. 14.Удилище. 15.Тиканье. 16.Рыбалка. 17.Глобус. 18.Кишлак. 19.Оказия.



День рождения семьи — 1 и 2 марта



Андрей и Жанна Ралько

Андрей увидел Жанну на улице, девушка ему очень понравилась. Он нашёл её страничку в интернете и написал. Так молодожёны познакомились и стали встречаться.

Предложение Андрей сделал во время романтического ужина — с букетом роз и кольцом. «Это было ожидаемо, потому что мы не раз обсуждали вопрос создания семьи», — говорит невеста.



Николай и Яна Кушнир

Пять лет назад Николай прогуливался по улице в 11-м городке и увидел двух незнакомых девушек. Одна из них ему очень понравилась, и Николай стал инициатором знакомства.

Предложение парень сделал во время прогулки по вечернему Минску. Он опустился на колено и сказал Яне: «Выходи за меня». Девушка без раздумий согласилась.



Павел и Виктория Остапенко

Молодожёны знакомы уже шесть лет. Павел жил в деревне на Случчине, а Виктория приезжала туда к бабушке.

Предложение жених сделал без цветов и ресторана. Они с Викторией гуляли в минском парке. «Павел сказал: «Вот есть я, вот моя рука. Ты готова идти со мной дальше по жизни?» Я согласилась», — рассказывает Виктория.



Константин и Яна Литорины

Константин и Яна познакомились благодаря общим родственникам, а само общение началось через интернет. Первое свидание случилось в минском кафе больше года назад.

Константин и Яна обоюдно решили создать семью и, минуя предложение, сразу пошли в ЗАГС.

Роман Михновец
info@kurjer.info

ДЗЯКУЕМ, ШТО НАС ЧЫТАЛІ! ЗАСТАВАЙЦЕСЯ І НАДАЛЕЙ З «КУР'ЕРАМ»!

Інфа-Кур'ер

Адрас рэдакцыі: **ПУП «Інфа-Кур'ер», вул. Камсамольская, 1-10, г. Слуцк-9, 223610.**
Тэлефон/факс (8 01795) 2 91 92, рэклама 3 17 17
Для лістоў: **а/с 53, 223610, г. Слуцк-9.**

Заснавальнік і галоўны рэдактар: **Станкевіч Сяргей Дзмітрыевіч**

Пасведчанне аб рэгістрацыі Міністэрства інфармацыі Рэспублікі Беларусь № 20 ад 06.10.2009 г.

Рэдакцыйная калегія: **Сяргей Станкевіч, Жанна Аўдзеева, Алег Рубчэня, Алена Дайрукіна**

Заказ №
Надрукавана ў друкарні ТДА «Знамение», Ліц. ЛП №02330/85 от 29.03.2004
Адрас друкарні — вул. Каржанеўскага, 14, г. Мінск
Тыраж — **4 855 экз.** Аб'ём выдання — **8 друкаваных аркушаў, 420×600 мм**
Падпісана ў друк — 05.03.2019 г. у 12.00

Падпісны індэкс — 64066

Что ждёт женщина в подарок и

«Кур'ер» провёл опрос 100 женщин, *чтобы узнать, чего на самом деле они ждут в свой праздник и какие подарки считают ужасными.*

Тату и на море

Виктория

Я не уверена, что люблю праздник 8 Марта. Считаю, что сюрпризы любимым надо делать на протяжении года, а не в определённые праздничные дни. Поэтому я периодически делюсь с мужем своими материальными желаниями: хочу юбочку, босоножки, книгу. Была бы счастлива, если бы муж исполнил на 8 Марта моё желание — сделать тату. Хочу пёрышко на ноге. Эту мысль вынашиваю уже полгода, считаю, что мечты должны сбываться. Это дорогой подарок — рублей 200. Но я готова взять их со своей зарплаты.

Надежда

Если мужчина дарит подарок «лишь бы подарить, потому что так надо», то лучше не надо вообще. Например, меня очень огорчает, если человек не прилагает никаких усилий к выбору подарка. Тюльпаны с помятыми листьями не хочется брать в руки, ставить в вазу. Их хочется сразу выбросить, чтобы лишний раз не огорчаться, осознавая, что с подарком тебе не заморачивались и подарили мятые цветы.
В большинстве случаев важнее самого подарка усилия, приложенные для его выбора. И это сразу видно.

ЖЕЛАННЫЕ ПОДАРКИ
- путёвка на море;
- выспаться и чтобы все оставили в покое в этот день;
- ювелирные украшения;
- татуировка;
- праздничный ужин в ресторане.

ЭКСКЛЮЗИВНЫЕ ПОДАРКИ
- мужика;
- 300 рублей на покупку одежды для себя;
- караоке-бар;
- новый телефон;
- сертификат на $100.



чего не хочет получать вовсе



Плюшевые медведи и рамки

Олеся

Один раз парень подарил мне сувенирное дерево с листьями из каких-то камней. Это был самый ненужный подарок в моей жизни. И потом я его спрятала куда-то. С парнем вскоре расстались. Наверное, в том числе и из-за этого.

Таня

Взбесил подарок только один раз, точнее не сам подарок, а цветы к нему. Много лет мужу ОЧЕНЬ намекала, что не люблю тюльпаны и красные розы. Но он упорствовал. На очередной праздник 8 Марта, увидев красные розы, я просто расплакалась. Выяснив причину, муж ушёл, а через полчаса вернулся с моими любимыми цветами. С тех пор помнит, какие цветы мне нравятся.

Юлия

На прошлый праздник муж подарил серьги бабские. Ну прям фу! Я расстроилась, а он говорит: «Ну, мы же маме моей такие покупали, и ты сказала, что нормальные серьги. На это 8 Марта уже сама заказала, что хочу. А ещё я не хочу делать никакую работу в этот день и жду сюрприза. Очень жду!

Янина

В своё время я часто получала от ухажёров плюшевые игрушки с букетами. Конечно, я всегда улыбалась и благодарила, но внутри у меня были мысли: «О боже, очередной пылесборник! Лучше бы ты просто так деньги людям раздал на улице, раз деть было некуда». Когда поняла, что пихать игрушки больше некуда и эти бесполезные вещи занимают слишком много места, все раздала детям подружек и знакомых.

Ольга Кононович
info@kurjer.info

НЕЖЕЛАННЫЕ ПОДАРКИ
- цветы и сладости;
- мягкие игрушки;
- кухонная утварь;
- рамка и альбом для фотографий;
- набор белорусской косметики.

СОВЕТ
Дорогие мужчины! Если вы уже купили своей даме подарок, но сомневаетесь, понравится ли он ей, не волнуйтесь. Проще всего спросить напрямую, чего же на самом деле хочет ваша женщина.

«Кур'ера»: вырежь купон и получи скидку!

** Скидка по купонам не суммируется. Информацию о сроке действия скидок ищите на купоне.*

С праздником, милые дамы



Овны
В этот день,
8 Марта,
Овнам нужно
пожелать
Много радости и счастья,
Чтобы просто не объять!
Рядом — сильного
мужчину,
В гараж — новую машину.
В дом — уют, весёлый
смех —
В общем, благ всех
и потех!



Тельцы
Тельцам —
побольше
улыбаться
И никогда
не унывать.
После шести
не объедаться —
Всегда фигуру сохранять.
И чтоб 8 Марта вы
Исполнили свои мечты!



Близнецы
Близнецы — два
в одном!
Энергия кипит
и бьёт ключом!
Поздравляем Близнецов,
Пусть их радует любовь!
Удачи для любого старта!
Близнецы, с 8 вас Марта!



Раки
Милые,
искренние
и честные
Раки — до чего
же вы прелестные!
Всё прекрасно в вас,
вы — совершенство,
Быть рядом с вами —
просто блаженство!
Пусть выпадает по жизни
лишь счастливая карта!
Раки, с 8 Марта!



Львицы
Богиня, королева,
нимфа —
Всё это
о прекрасных
Львах.
Чтоб жизнь сложилась
ровно в рифму,
Чтобы пылал огонь
в глазах.
8 Марта — праздник
Львицы,
Желаем быть во всём
Царицей!



Девы
Все женщины
под знаком Девы,
Ну,
не принцессы —
королевны!
Желаем молодости вечной
И жизни яркой,
безупречной.
8 Марта — вам цветы
И признания в любви!



Весы
Весы — лихие
амазонки,
Ваш мир —
как вечная борьба!
Внутри же вы всегда
девчонки,
И не изменит вас судьба!
Такими же и оставайтесь,
И шире миру улыбайтесь!



Скорпионши
Скорпионшам
в праздник
весны
Пожелаем
побольше любви,
Чтоб мужчины глаз
не сводили
И в рестораны почаще
водили.



Стрельцы
Стрельцам
побольше
меткости,
Чтобы били точно
в цель.
В любви — тепла
и верности,
В карман — тугой
кошель.



Козерожки
Козерогам —
улыбок, признаний
в любви,
Букетов цветов
и тёплой весны,
Верных подруг и хороших
друзей,
Щедрого мужа, послушных
детей.
В жизни больше азарта!
Козероги, с 8 Марта!

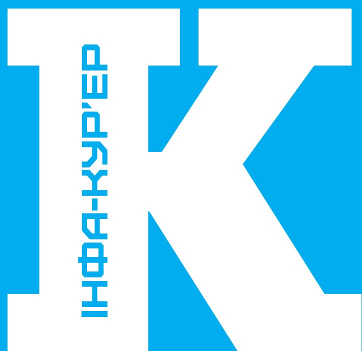


Водолеи
Кто на свете всех
умней,
Всех прекрасней
и милей?
Среди всех наших друзей
Ну, конечно, Водолей!
Мы всех благ вам всем
желаем!
С 8 Марта поздравляем!



Рыбки
Неповторимая
улыбка,
Изгиб красивых,
нежных губ.
И с вами, Золотая Рыбка,
Нам не страшна морская
глубь!
С весенним днём вас
поздравляем
И розами вас засыпаем.

Эксклюзивное весеннее предложение от газеты «Кур'ер»



Для вас купоны со скидками от 10% до 30%

■26-27